



Prendre soin de  
toi à l'université



Consultations, écoute, santé,  
prévention, accompagnement,  
orientation



# Le Service de Santé Etudiante (SSE) en quelques mots

Le SSE accompagne les étudiants tout au long de leur parcours universitaire pour prendre soin de leur santé physique et mentale.



## Soigner

Des consultations  
médicales,  
infirmières,  
psychologues ...



## Prévenir

Des actions de  
prévention et de  
promotion de la santé



## Accompagner

Un soutien  
personnalisé



## Orienter

Vers les structures  
et partenaires  
adaptés



# Nos valeurs



## Accessibilité

Ouvert à tous les étudiants de  
Paris 8 sans conditions.  
Des créneaux adaptés à ton  
emploi du temps



## Gratuité

Les consultations sont gratuites  
pour tous les étudiants. Aucune  
avance de frais et **sans carte  
vitale !**



## Confidentialité

Nous vous recevons en  
respectant le secret  
professionnel, Vos échanges  
restent confidentiels

# Une équipe pluridisciplinaire à votre écoute



**MÉDECIN et  
SAGE FEMME**



**INFIRMIÈRES**



**PSYCHOLOGUES et  
PSYCHIATRE**



# Consultations médicales



## Médecin Généraliste

- Consultation pour les problèmes de santé courants sur
- Conseils de prévention et de promotion de la santé
- Validation des aménagements pour les étudiants en situation de handicap

## Sage-femme

- Consultations gynécologiques
- Suivi de la santé reproductive
- Contraception et la santé sexuelle

# Consultations infirmières



- Soins infirmiers courants
- Accompagnement dans la gestion des traitements médicaux
- Bilan de santé
- Conseils sur le sommeil, l'alimentation, le sport, les addictions...
- Relaxation individuelle



# Consultations psychologiques



- Ecoute et soutien psychologique
- Évaluation et orientation vers d'autres structures/professionnels
- Consultations thérapeutiques
- Actions de prévention et transmissions d'outils psychopédagogiques

# Groupes proposés au SSE

## CARE



Psychologie  
positive

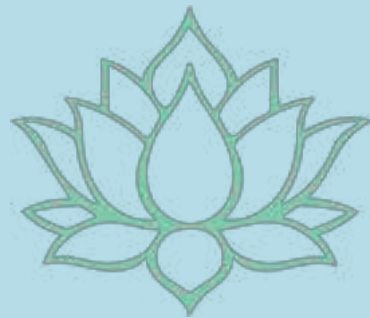
### Objectif

- Confiance en soi
- Réduction de stress
- Relations aux autres
- Développement de ses ressources et forces

### Modalité

- Groupe de 10 étudiants
- 7 séances hebdomadaire de 2h

## Relaxation



### Objectif

- Technique de respiration
- Gestion du stress
- Relaxation
- Régulation émotionnelle

### Modalité

- Séances hebdomadaires
- 3 séances conseillées
- Sans inscriptions



# D'autres dispositifs à votre disposition

## Tout au long de l'année



Prise en charge des  
dysménorrhées et  
congé menstruel



Cellule d'écoute VSS,  
harcèlement : intra-  
universitaire



Soutien et conseils  
avant les partiels



Cafés Santé



Formation Sentinelle



# Partenariat Nightline

## Formation Sentinelle

### POUR SE FORMER

*et en savoir plus sur le sujet de la **santé mentale***

Venez participer aux actions de Nightline, une association d'étudiant.es :

- **Ateliers**
- **Fresque,**
- **Formation sur la prévention du suicide**

...et plein d'autres actions...

**Vous attendent !**





# Pourquoi venir au SSE



Fatigue, trouble du sommeil,  
difficulté de concentration...

Stress, anxiété...



Douleurs physiques, traitements  
médicaux

Situation difficile, besoin  
d'écoute, de parler



Baisse de moral, de motivation,  
déprime...

Questionnements sport, nutrition,  
bien-être, contraception, vie  
sexuelle...



## Au sein du SSE

Tu peux venir sans rendez-vous pour une  
première écoute



Tous les matins du lundi au vendredi  
(excepté le jeudi)



# Nos Partenaires

## Dans l'université

- La Direction de la Vie du Campus
- Le service social
- Le pole Handicap
- Le service des sports
- La bibliothèque universitaire
- Les différentes UFR

## Actions en partenariat

- Dispositif **Capsule** (RDV avec des M2 de psychologie)
- Formation **Sentinelle** Prévention Suicide (Nightline)
- Participation à la cellule d'écoute intra-universitaire
- Participation au Forum des Doctorants
- Intervention de la **CPAM** pour des Bilan de Santé
- Intervention de la **Maison des Femmes**



## Hors les murs

**Pour les IUT de Tremblay et de Montreuil :**

- Intervention sur place 1 fois tous les deux mois

Possibilité de rdvs à Saint-Denis tout au long de l'année



66



# Où nous trouver ?



**Bâtiment C,**  
**Secrétariat en CE-6, à**  
**l'entresol**  
**Du lundi au vendredi,**  
**de 9h00 à 17h00**





# Comment nous contacter ?

 <https://www.univ-paris8.fr/Service-de-Sante-Etudiante-SSE>

 01.49.40.65.12

 [medecine.preventive@univ-paris8.fr](mailto:medecine.preventive@univ-paris8.fr)  
[medecine.preventive.infirmierie@univ-paris8.fr](mailto:medecine.preventive.infirmierie@univ-paris8.fr)  
[medecine.preventive.psychologues@univ-paris8.fr](mailto:medecine.preventive.psychologues@univ-paris8.fr)

 A l'accueil  
Bâtiment C, Secrétariat en CE-6 , à l'entresol  
Ouvert du lundi au vendredi, de 9h00 à 17h00

*Prends rdv !* 





Merci de votre  
attention